

国民年金のイ・ロ・ハ

VOL.1

Q1. 年金の各種手続きはどこでできますか？

加入している年金の種別ごとに手続き先が変わります。

種別	対象	手続き先
第1号	自営業や学生、無職の人など	住民登録をしている市町村と全国の年金事務所
第2号	厚生年金の加入者(会社員・公務員)	現在の勤め先
第3号	厚生年金加入者に扶養されている配偶者	扶養者の勤め先



Q3. 会社を退職しました。国民年金の加入手続きに必要な書類は？

Q2の表の本人・代理人の確認書類と勤務先が発行する厚生年金資格喪失証明書(国の機関などで発行されない場合は退職辞令)が必要です。また、退職後の国民年金保険料の免除申請を希望する場合は、離職票または雇用保険受給資格者証を持参してください。



本号から3回シリーズで、国民年金についてよく寄せられる質問にお答えします。第1回は、現役世代(20歳~60歳)からよくある質問です。【問】医療助成年金課 ☎626-7529

Q2. 本人が窓口に行けないときは、代理人でも手続きできますか？

代理人でも手続きできます。窓口で確認を行うため、次の表の①~③全ての書類をお持ちください。

申請者	本人・代理人の確認書類
本人	①年金手帳 ②マイナンバーカードまたは身分証明書
同一世帯	①年金手帳など本人の基礎年金番号またはマイナンバーが分かるもの ②本人の印鑑③代理人の身分証明書
代理人別世帯	①本人の記名押印のある委任状※ ②本人の印鑑③代理人の身分証明書



※様式については市公式ホームページをご覧ください ID 1022263

Q4. 盛岡市から転出するときの手続きは？

他の市町村へ転出するときは、盛岡市での手続きは不要です。国外へ転出するときは、第1号被保険者は国民年金資格喪失の手続きが必要です。また、国外から転入するときは、国民年金加入の手続きが必要です。



Let's enjoy Let's sports!!

VOL.3

市は総合型地域スポーツクラブの活動を支援しています。シリーズ第3回は「Bondsスポーツクラブ」(川目町)を紹介します。

【問】スポーツ推進課 ☎603-8013

絆(=Bonds)を大切に!

同クラブの名前には、地域の人がスポーツを通じて健康に、さらには地域の絆が深まるようにという願いが込められています。表のとおり、

さまざまな教室を開催中。会場など詳しくは、同クラブ事務局の中村葉子さん ☎090-8925-5812へお問い合わせください。

表 教室の種類と日時

教室名	日時
笑顔ひまわり仁王教室(介護予防など)	月曜、13時半~15時
朝ヨガ教室	火曜、9時~10時
ピラティス	火曜、10時半~11時半
あひるの会(軽体操など)	金曜、10時~11時
イキイキ親子(運動遊びなど)	金曜、10時~11時半
ミニバス教室	土曜は16時半~18時半、日曜は13時~15時



笑顔ひまわり仁王教室

イキイキ親子

ミニバス教室

Bondsスポーツクラブ 検索

【問】資源循環推進課 ☎626-3733

3Rマイスターへの道

今月のテーマ 「容器包装廃棄物」を減らしましょう!

びんや缶、ペットボトル、食品トレイ、レジ袋など「商品」を包んでいる「容器」のことをいいます。

10月は「容器包装廃棄物」の減量強化月間!

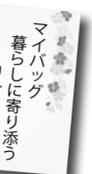
買い物をするとき必ず発生する「容器包装」ですが、包装を断れば無駄が減り、分別すれば資源になります。

マイバックを持参してレジ袋を断るだけでも減量になりますね。もし、レジ袋をもらっても、プラとして分別して出しましょう。



買い物ついでに知識を深めてみませんか?

10月6日(土)から28日(木)まで、分別お悩み相談やアンケート協力者への粗品贈呈などを各スーパーの店頭で実施します。詳しくは、右のコードからどうぞ。



Q. 「容器包装」はどのように出すのが正解かな? 次の①~③と④~⑥の組み合わせを選んでね。

容器包装廃棄物	出し方
①白色トレイ	④その他の紙(雑がみ)
②アルミ缶	⑤店頭回収ボックスまたはプラの収集日
③お菓子の紙箱	⑥店頭回収ボックスまたは缶の回収日

「容器包装」はどのように出すのが正解かな? 次の①~③と④~⑥の組み合わせを選んでね。 ①②③ (日)④⑤⑥ (月)⑦⑧⑨ (水)⑩⑪⑫ (木)⑬⑭⑮ (金)⑯⑰⑱ (土)⑲⑳㉑㉒ (日)

突撃取材

啄木ふれあいマラソン大会(9月9日)で出店・ボランティアの人たちに聞きました

啄木マラソンの魅力は? 地域で協力しておもてなしができる!

全国各地からたくさんの選手が来てくれる

地元食材を使った「手作り」の味!

自然豊かな景色を見ながら走ることが出来る!

岩崎美喜さん(16)・絵美さん(37) =下田学生出=

伊藤リツ子さん(70) =芋田宇屋久保=

たま姫ちゃんも応援したよ!

もりおか今昔物語 vol.63

自然を全身で感じられるまち

岩手町で生まれ、2歳から上田で育ちました。小さい頃は、上盛岡駅で専売公社(今のJT)の荷物を積んだ貨車が入り出す様子を朝から晩まで見るのが好きでした。休日には父親がバイクで盛岡駅や当時建設中の四十四田ダムを見せに連れていってくれました。小学生の時に山岸へ引っ越しましたが、当時学校の近くにあった岩清水スキー場までスキーを担いで行き、リフトがなかったので自分の足で何回も斜面を登って滑ったことも思い出深いですね。今はITサービスの仕事をしています。定年後をふと考えたとき、一生できるスポーツをと思い、3年前からロードバイク(自転車)を始めました。

深澤譲さん(60) =下米内=

今では多い時に1日で100km走るまでに。昨年、綱取ダムのずっと奥にある中津川の源流までサイクリングした時、自然を肌や香りで感じ、昔あった自然がまだまだ残っているんだと驚きました。身近にある盛岡の壮大な自然をいろんな人に感じてほしいですね。これからも盛岡の魅力を発見し、体感していきたいと思っています。

今回は、深澤さんが紹介する人が登場します。

盛岡の文化財

オシラ神 (市指定有形民俗文化財)

都南歴史民俗資料館(湯沢1-1-38)
通年展示(9時~16時)
無料

【問】同資料館 ☎638-7228

6体のオシラ神 他

10秒で知る文化財

オシラ神は、東北地方を中心に信仰されている神様の一つで、「オシラサマ」「カシボトケ」「オコナイサマ」などとも呼ばれています。

知識深まる文化財

写真のオシラ神は、大ケ生地区の旧家に伝わったもの。全長20~25cmほどで、現在は7体中6体が残っています。オシラ神の御神体は桑の木の先端を刻んで頭をかたどり、男は鳥帽子型、女は丸頭または天冠(仏像などが被る宝冠)をかぶった形をしています。麻や木綿の色付き布を着せており、一般的に布から頭を出した「貫頭形」と布で頭からすっぽり覆い隠した「包頭形」の2種類があり、写真のオシラ神はすべて貫頭形です。毎年縁日の日などに新しい布切れを一枚着せ足して「オシラ遊び」という祈りの行事で祭られます。蚕の神、馬の神として、普段は神棚や仏壇に安置し、御縁日である旧暦10月17日と1月16日に扉を開け、礼拝するのが習わしでした。10月17日は、親戚の人などが集まり祈りや礼拝をし、1月16日は着物を替え古い着物はお守りとして配っていた地域もあるそうです。

正社員・パート・アルバイト求人情報サイト

求人広告募集中!

年間定額制 60,000円(税別)

年間何度使っても60,000円、掲載もスピーディーに対応します。TSUTAYAやTポイント等を展開する、カルチャコンビエンスクラブグループ(CCC)のネット総合サイト「T-SITE」の圧倒的な集客力を生かして、貴社の求人をお手伝いします。

http://job.tsite.jp

Natural Com. ナチュラルコム株式会社
岩手県盛岡市盛岡駅前通13-23阿部ビル4F
TEL 019-652-9190 FAX 019-652-9130
E-mail:office@naturalcom.jp URL:http://www.natural.com

秋の「戸」の旅

あなたの知らないディープな「へ」の世界

出発日 10月27日(土) (日帰り) 旅行代金 おとな 8,800円 少少 20名

【問】農政課 ☎626-7540

銀河鉄道観光 ☎019-601-9991

銀河鉄道観光(株) ☎019-652-9190